

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Rezepte

Brown, Boveri und Cie.

Mannheim, [circa 1960]

Gemüse

[urn:nbn:de:bsz:31-294676](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-294676)



Gemüse

Es hat sich längst herumgesprochen, daß zu lange gekochtes Gemüse kaum noch Nährwerte hat, also sozusagen „totgekocht“ ist. Der Mixer unterstützt das Bestreben, mit kurzer Kochzeit auszukommen, in hervorragender Weise: Das Zerkleinern des Gemüses, das entweder garnicht oder nur kurz angekocht wurde, schließt die Zellen auf, so daß die kürzeste Kochzeit zum Garen genügt. Das auf diese Weise zubereitete Gemüse ist daher wertvoller, und Sie sparen noch dazu Zeit.

Das zerteilte rohe Gemüse kann ohne Flüssigkeitszugabe je nach Wunsch fein oder grob im Mixer zerkleinert werden. Gekochtes Gemüse wird so fein püriert, daß es auch von Kranken und Kleinstkindern gern gegessen wird.

Spinat I

Die Milch in den Mixbecher geben, Gerät einschalten und während des Betriebes den gut gewaschenen, rohen Spinat und etwas Zwiebel zugeben und alles fein pürieren. Die Butter in einem Topf erhitzen, Becherinhalt, Gewürze und Semmelmehl hineingeben und kurz aufkochen lassen.

Auf diese Weise zubereitet ist der Spinat nicht nur sehr gesund, sondern behält seine prachtvolle, grüne Farbe.

Zwiebel kann auch in Fett gedämpft und nach Wunsch Mehl verwendet werden.

Stufe III

500 g Spinat, 2—3 EBl.
Semmelmehl, 2 EBl. Butter,
 $\frac{1}{4}$ Ltr. Milch, wenig Zwiebel,
Salz, Muskat

Spinat II

Den gut gewaschenen Spinat mit Zwiebel und Petersilie ca. 10 Min. in Fett dämpfen. Mit Mehl bestäuben und mit Milch oder Fleischbrühe ablöschen. Dann alles zusammen im Mixer pürieren, abschmecken, und wenn nötig, noch kurz aufwärmen.

Stufe III

500 g Spinat, 2 EBl. Fett, 1 EBl.
Mehl, $\frac{1}{8}$ Ltr. Milch oder
Fleischbrühe, wenig Zwiebel,
Salz, Muskat, Petersilie

Spinat überbacken

Spinat wird wie bei Rezept II zubereitet, jedoch mit etwas Zitronensaft gewürzt. Evtl. etwas mehr Semmelmehl dazugeben, damit der Spinat nicht zu weich ist. Man gibt ihn leicht bergig in eine gefettete, feuerfeste Form. Dann wird im Mixer etwas Käse gerieben und mit den Eiern, Sauermilch, Gewürzen und Schinken oder Speck verarbeitet. Von dieser Masse gibt man 3 EBl. über den Spinat und läßt ihn leicht braun backen. Den Rest verteilt man auf zweimal darüber, damit eine schöne, knusperige Kruste entsteht.

Stufe III

Spinat wie bei Rezept II
zubereiten. — 2 Eier,
2 EBl. geriebenen Käse,
1 EBl. Sauermilch,
1 Scheibe Schinken oder Speck,
Salz, Muskat

Mangold

Zubereitung wie Spinat II.

Stufe III

Wirsingkohl I

Wirsing putzen, Rippen herausschneiden und waschen. Zur Milderung des herben Geschmackes wird der Wirsing zuerst mit kochendem Wasser überbrüht. Dann gibt man $\frac{1}{4}$ Ltr. Brühe (Teil Milch) in den Mixer und püriert darin den abgetropften Wirsing. Die Zwiebel wird im Fett gedämpft, das Mehl dazugegeben und durchgeschwitzt. Dann mit Becherinhalt auffüllen, würzen und garkochen lassen.

Stufe III

1 kg Wirsing, 40 g Fett,
1 Zwiebel, 30 g Mehl, $\frac{1}{4}$ Ltr.
Brühe, etwas Milch, Salz,
nach Wunsch Muskat

Wirsingkohl II

Wirsing putzen, Rippen herausschneiden, waschen und in kochendem Salzwasser halbweich kochen. Dann auf Sieb abschütten und mit kaltem Wasser abschrecken. Etwas Gemüsewasser und Milch mit einem Teil Wirsing in den Mixbecher geben und fein pürieren, den restlichen Wirsing während des Betriebes dazumischen. Fett, Mehl und Zwiebel dämpfen, mit dem Becherinhalt ablöschen, abschmecken und garkochen.

Stufe III

1 kg Wirsing, 2 EBl. Mehl,
40 g Fett, 1 Zwiebel,
Gemüsebrühe, etwas Milch,
Salz, Pfeffer, Muskat,
nach Wunsch Petersilie

Weißkraut

Zubereitung wie Wirsing II.

Stufe III

1 kg Weißkraut

Kümmelkraut

Fertiges Weißkraut mit 1 EBl. Kümmel abschmecken.

*Stufe III***Gemüseschnitten**

Die zerkleinerten Zwiebeln in Butter anbräunen. Das Gemüse nacheinander im Mixer zerkleinern, dann zu den Zwiebeln geben und mitdünsten. Sahne und Gewürze beifügen. Dann die Masse auf die Brotscheiben streichen, diese auf ein Blech geben und im Ofen überbacken.

Stufe III

12 dünne Brotscheiben,
2 Zwiebeln, 1 Stange Lauch
(Porree), 1 kl. Sellerie,
4 Karotten, 100 g Weißkraut,
Petersilie, Muskat, Salz,
4–5 EBl. Sahne

Bayrisch Kraut

Stufe III

Krautkopf grob zerschneiden. Mixbecher etwa zu $\frac{3}{4}$ mit Kraut füllen und zwei fingerbreit mit Wasser überdecken. Deckel aufdrücken, 3 Sek. auf Stufe III schalten und sofort abschalten, wenn das Kraut fein genug ist. Becherinhalt auf ein Sieb schütten, Wasser auffangen und wiederholen, bis alles geschnitten ist. In heißem Fett Zwiebel und Zucker leicht bräunen, Kraut dazugeben, mit Mehl bestäuben und mit etwas Bouillon garschmoren lassen. Apfel ohne Stiel, Blüte und Kerne pürieren und zum Kraut geben, wenn dieses halbgar ist. Zum Schluß mit Wein (oder Essig) abschmecken.

1 kg Weißkraut, 40 g Butter oder Schweinefett, 1 großer Apfel, 2 Zwiebeln, Salz, Pfeffer, 1 EBl. Zucker, etwas Mehl, 3—4 EBl. Weißwein, etwas Bouillon

Blaukraut

Stufe III

Das Blaukraut wird zerkleinert wie bei Bayrisch Kraut. Im Fett die mit 2 Nelken gespickte Zwiebel andünsten, Blaukraut mit pürierten Äpfeln, Essig, Salz und etwas Wasser oder Brühe dazugeben und garschmoren. Zum Schluß die Zwiebel mit den Nelken entfernen und mit etwas Zucker und nach Geschmack mit Rotwein abschmecken.

1 kg Blaukraut, 50 g Schweine- oder Gänsefett, 1 Zwiebel, 2 Nelken, 2 saure Äpfel, 2 EBl. Essig, etwas Wasser oder Brühe, Salz, etwas Zucker, nach Belieben Rotwein

Meerrettichgemüse

Stufe III

Brötchen abreiben, einweichen, ausdrücken und zerpfücken. Milch und Meerrettich im Mixer fein pürieren. Aus Fett und Mehl eine helle Schwitze bereiten, Brötchenmasse und den pürierten Meerrettich mitdämpfen und mit Fleischbrühe ablöschen. Mit Salz und Zucker abschmecken und 15 Min. kochen.

1 kl. Stange Meerrettich, 3 Brötchen, $\frac{1}{4}$ Ltr. Fleischbrühe, 50 g Fett, 20 g Mehl, Salz, 1 Prise Zucker

Zwiebelpüree

Stufe III

Die Zwiebeln werden geschält, in 4 Teile geschnitten und mit kochendem Wasser überbrüht. Dann in $\frac{1}{2}$ Ltr. weiße Tunke durchkochen lassen, etwas Petersilie und Basilikum dazugeben und alles zusammen im Mixer pürieren. Nochmals gut durchkochen lassen.

8 gr. Zwiebeln, etwas Petersilie und Basilikum, $\frac{1}{2}$ Ltr. weiße Grundsoße